

**保険証、
 新しくなります**



国民健康保険被保険者証送付のご案内
 国民健康保険被保険者証は個人ごとに発行しております。
 世帯の世帯主様（ご家族）全員に個人名で送付しておりますので
 ご注意ください。

国民健康保険被保険者証
 有効期限 平成30年7月31日
 記号 津南
 番号
 氏名 津南 太郎
 生年月日 昭和44年11月1日
 資格取得年月日 平成20年4月1日
 交付年月日 平成20年4月1日

住所 新潟県中魚沼郡津南町大字下
 世帯主名 津南 太郎
 保険者名 津南 太郎
 保険者番号 151035
 新潟県中魚沼郡津南町大字下 郵便番号 955-8505

↑ ここを折って証をは
 折ったり、丸めたりしないで大切に扱ってください。
 家族で届かない方がいた場合や、ご不明な点は、左記

つなんじかん



「みんながけんこうに
げんきにすごせますように」

7月7日 七夕

大割野商店街に飾られた笹と短冊

さまざまな色の飾りがとてもきれい

ただ天気はパッとしませんでしたね

今年はどんな願い事をしましたか？



広報 つなん

No.673

7.20

もくじ -contents-

features

- 04 **特集 国保だより**
8月1日から新しい保険証をお使いください
- 08 **どの子どもみんなつなんの子**



regulars

- 06 つなんまちかどスケッチ
- 10 見て・知って・得をする かわらばん
- 13 暮らしの防災情報 地域おこし協力隊だより
- 14 町立病院運営審議会だより
- 15 は〜い保健師で〜す 健康づくりア・ラ・カルト
- 16 広報ライブラリー ペンリレー
- 17 つなんの文芸
- 18 いきいき大好き津南町
- 19 Tapでいこう! 津南石造物散歩
- 20 病院歳時記 年金コーナー 100日運動 議会コーナー
- 21 しあわせ応援隊から愛を込めて ジオサイトを探検し隊!
- 22 なじよもん通信 戸籍の窓 広報編集室
津南町の人口



町では津南音声訳の会さんに広報つなんの音声訳を委託しています。
お聞きになりたいかたはホームページをご覧ください。詳しくは総務課 (Tel 765-3112) までお問い合わせください。

国

保

だより

8月1日から
新しい保険証をお使いください

※有効期限が過ぎた保険証は使用できません。

現在お持ちの保険証は、平成29年7月31日で有効期限が切れるため、7月下旬に新しい保険証をお届けします。お手元に届きましたら、内容をご確認ください。



届いた保険証は
必ずご確認ください！

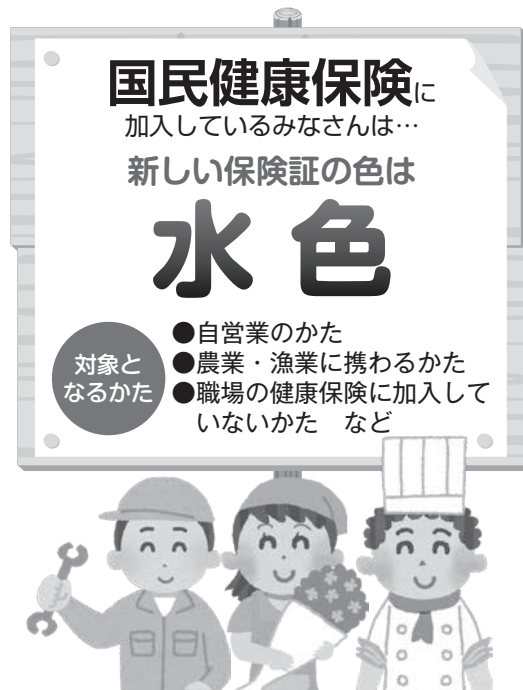
※ご注意ください

職場の健康保険に加入しているにもかかわらず、国民健康保険証が届いた場合は、役場への手続きが行われておりません。保険の変更手続きは自動的には行われませんので、現在加入している健康保険証をお持ちのうえ、お早めに役場窓口までお越しください。

■お問い合わせ

役場福祉保健課保険班

TEL 765-3114



▼保険証の有効期限

平成30年7月31日

※次の方は有効期限が異なります。

○平成30年7月31日までに次の年齢になるかた

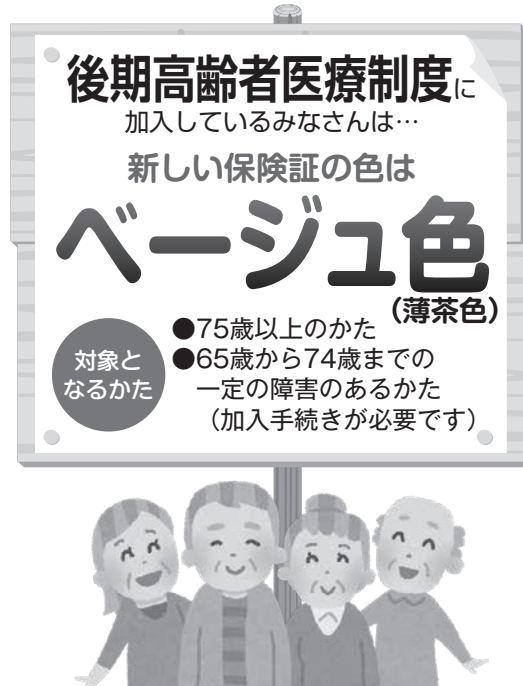
・70歳になるかた：誕生日の月末まで

・75歳になるかた：誕生日の前日まで

・退職者医療制度に該当し、65歳になるかた：誕生日の月末まで

※有効期限が平成30年7月31日以前となつて

いるかたは、期限が切れる前に新しい保険証をお送りします。



▼保険証の有効期限

平成30年7月31日

※後期高齢者医療制度の保険証は、役場の封筒とは異なる封筒で、1人ずつお送りしますので、ご注意ください。

▼限度額適用・標準負担額減額認定証

同一世帯の世帯員全員が住民税非課税のかたが対象となり、入院時の自己負担限度額や食事代が減額されます。

平成28年度に減額認定証を交付されたかたで、29年度も世帯員全員が住民税非課税のかたは、保険証とは別に減額認定証をお送りします。

※平成29年度に新たに減額認定の対象になったかたには、申請書をご案内しています。

(国民健康保険加入者向け)
ジェネリック医薬品
差額通知を実施します。

町国保では、ジェネリック医薬品を知っていただくために、ジェネリック医薬品差額通知を実施します。

○ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品はこれまで効き目や安全性が確認されてきた薬と同等と認められた、低価格の薬です。ジェネリック医薬品を使用することにより薬代の負担の軽減につながります。

○ジェネリック差額通知とは

過去に受診された際に処方された医薬品について、ジェネリック医薬品に切り替えた場合の自己負担軽減額をお知らせします。

○実施時期

- 7月(4月診療分)
- 11月(8月診療分)
- 3月(12月診療分)

○ジェネリック医薬品を使うには

ジェネリック医薬品を希望される場合は、医師・薬剤師にご相談ください。また、ジェネリック希望カードを保険証と一緒にお送りしていますので、ご利用下さい。

70歳以上の皆さまへ

全てのかたが安心して医療を受けられる社会を維持するために、高齢者と若者の間での世代間の公平が図られるよう、負担能力に応じたご負担をいただく必要があります。

そのため、平成29年8月から、70歳以上の皆さまの高額医療費の上限額が変わります。皆さまのご理解をお願いします。

高額医療費制度とは

ひと月に支払った医療費が高額になり、決められた上限額を超えた場合に、上限額を超えてお支払いいただいた分を払い戻す制度です。上限額は、個人もしくは世帯の所得に応じて決まっています。平成29年8月から、70歳以上のかたの上限額が下表のように変わります。

70歳以上のかたの限度額(月ごと)

どの適用区分に該当するかは、被保険者証、高年齢受給者証または限度額認定証でご確認いただけます。

平成29年7月まで

平成29年8月から

適用区分		平成29年7月まで		平成29年8月から	
		外来 (個人ごと)	外来+入院 (世帯ごと)	外来 (個人ごと)	外来+入院 (世帯ごと)
現役並み	課税所得 145万円以上 のかた	44,400円	80,100円 +(医療費-267,000円)×1% <多数回 44,400円※2>	57,600円	80,100円 +(医療費-267,000円)×1% <多数回 44,400円※2>
一般	課税所得 145万円未満 (※1)	12,000円	44,400円	14,000円 [年間上限 14万4,000円]	57,600円 <多数回 44,400円※2>
住民税非課税	Ⅱ住民税非課税世帯	8,000円	24,600円	8,000円	24,600円
	Ⅰ住民税課税世帯 (年金収入80万円以下など)		15,000円		15,000円

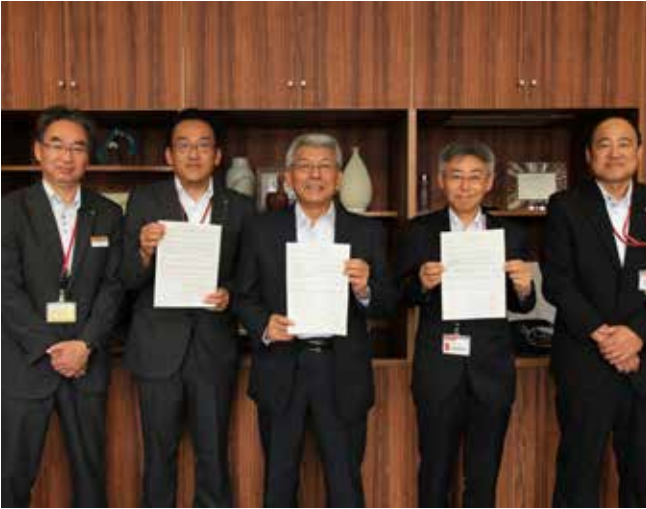
※1 世帯収入の合計額が520万未満(一人世帯の場合は383万円未満)の場合や、「旧ただし書き所得」の合計額が210万以下の場合も含まれます。
 ※2 過去12ヶ月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります。

平成29年8月から
高額療養費の上限額が変わります

NEWS
02

安心して暮らせる地域づくりのために

— 6月29日 町長室 —



↑郵政民営化後に改めて締結した協定

津南町は、町内郵便局および十日町郵便局と安心して暮らせる津南町を目指した協定を締結しました。おもな活動内容は、郵便局員が勤務中や勤務外に町の異変に気づいたとき、すぐに役場などへ情報提供をし、迅速な対応を目指すものです。町長は「津南全域を常に回っている郵便局員の存在は貴重。過疎地にも行くため、見守りという意味では強い」と今後の活動に期待を寄せました。

NEWS
03

夏のはじまり、大井平祇園祭

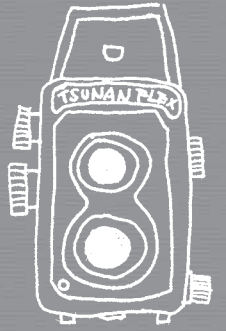
— 7月6日 大井平集落 —



↑周辺集落から子どもたちが集まり、一層にぎわいを見せる

連日降り続いた雨もやみ、青空が広がったこの日。町内で一番早く行われる集落のお祭り「大井平祇園祭」が行われました。夕方5時に神社をスタート。神輿の音が聞こえると、一目見ようと多くの人が集まりました。この祭り恒例の大人神輿と子どもたちが綱を引っ張り合う姿は、自然と笑みがこぼれます。

つなん まちかど スケッチ



Tsunan Event Sketch.

NEWS
01

きれいなひまわりが咲きますように

— 6月15日、26日 ひまわり広場 —



↑ひまわりウエディングの成功を願う学生



↑下級生に教えながら1本ずつ丁寧に間引きする上級生

6月15日、ひまわりウエディングに向けてwish国際ホテル・ブライダル専門学校の学生が、慣れない作業と熱い日差しに汗を流しながら、間引きの手伝いを行いました。

また、26日にはNPO法人Tapの放課後支援事業「この指と一まれ！」に参加する児童36名が間引き体験をしました。歌いながら間引く子や間引いたひまわりを持って帰る子など、約30分の体験を楽しみました。

NEWS 06 伝統の笹沢駅伝!地域をつなぐタスキ!

— 7月2日 津南町川西地区 —



↑一斉にスタートを切り、タスキをつなぐ

当日は雨雲もなくなり晴れのなか開催された第35回笹沢駅伝。今回は23チーム、約230名が参加し、優勝を争いました。地元以外からも多くの参加があり、徐々に注目が集まっています。地域の部で優勝したのは押付チーム。見事2連覇を果たしました。

NEWS 07 「夏は津南」下半期に向けて練習開始!

— 7月7日 津南町役場 —



↑6日より合宿を開始したナショナルチーム女子選手

ニュー・グリーンピア津南で合宿を行っている全日本ウエイトリフティングナショナルチームの三宅義行監督、三宅宏美選手、八木かなえ選手、松本潮霞選手が表敬訪問されました。

競技の話やリオデジャネイロ五輪での話など、普段聞くことのできない話をいただいたり、現在の合宿の様子をうかがいました。三宅宏美選手は「こんな良い環境で練習できることはなかなか無い。ありがたい」と語っていました。

NEWS 04 6年生最後の夏「津南みらい教室」

— 6月22、23日 ニュー・グリーンピア津南 —



↑難問をクリアし、大喜び!



↑問題解くには英語が必須! みんなで解読!

町内の各小学校6年生が一同に集まり、レクリエーションや合唱、イングリッシュアドベンチャーによる企画を通して交流を行いました。2日目の企画では、英語を使った課題に挑戦! 一人で解決できないこともみんなの力を合わせ、クリアしました。

NEWS 05 つなん合唱隊サマーコンサート2017

— 7月9日 文化センターホール —



↑心ひとつに声と思いを届けます

発足して8年目を迎えたつなん合唱隊。「愛」「希望」「感謝」「勇気」この4つのテーマで計17曲披露しました。会場には多くのかたが訪れ、お客さんと一緒に歌ったりと終始和やかな雰囲気になりました。



やかに育っていますか

たいせつに

う。子どもの話に耳を傾けてください。
うよう。

を正しい方向に

る行事等への参加を積極的にすすめましょう。
報にアクセスする(接続する)可能性があります。
よう。また、誹謗・中傷する事例も出てきていま
方について親子で話し合しましょう。

転、外泊はさせない

意しましょう。
ター、カラオケボックス等への出入りは、やめさ
(小学生 7:30、中学生 18:00)
行に走るのを防げます。
ど。)

い・させない・見過ごさない

かを見かけたら、「近所の子だから」「親に悪いから」
)。
を持っていたら「いつ・どこで買ったのか」「借りた
か」必ず確認しましょう。

富・ありがとう」

津南町保護司会 津南町更生保護女性会

良い習慣を

日ごろの躰しつけはどうですか

◆心のこもった明るい挨拶の できる子に

- 親や大人が見本となって地域で明るい挨拶の輪を広げましょう。

◆規則正しい生活リズムを!

- 「早寝、早起き、朝ごはん」を定着させましょう。
- ゲームやテレビ、インターネットをする時間を決めましょう。

◆よい言葉づかいで話せる子に

- 乱暴な言葉・聞き苦しい言葉を聞いたら、その場で、一声かけましょう。

◆服装・身だしなみがきちんと している子に

地域で子どもを見かけたら、積極的にあいさつ、声がけをしましょう。

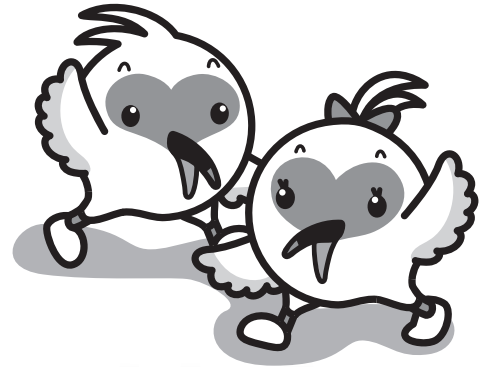


どの子どもみんなつなんの子

～気配り・目配りで正しく育てよう～

津南町青少年育成町民会議では、「どの子どもみんなつなんの子」を合言葉に、町で、地域で子どもたちを育てようという活動を行っています。家の前を通る子どもたちにも積極的に声をかけ、みなさんの協力と気配り・目配りで正しく子どもたちを育てましょう。

町内全小・中学校は、7月下旬から8月下旬まで夏休みです。地域での子どもたちの様子を学校にもお知らせください。



安全に

生命は一つ！たいせつにしていますか

◆交通事故は、やっぱりとびだし！

- 狭い道路から広い道路へのとびだし、左右不確認の道路横断が、事故の一番の原因です。
- 自転車による事故が増えています。十分気をつけさせてください。(とびだし・無灯火・二人乗りなど)
- 自転車に乗るときは、ヘルメットをかぶらせましょう。

◆防ごう水難事故

- 信濃川、中津川、清津川で遊ぶときは、必ず保護者がついてください。

◆不審者による心配な事案が増えています。

- 不審者に出会ったときの対応の仕方を話し合しましょう。(大声を出す、子ども110番の家の確認、警察への連絡等)

◆遊び場・遊び道具に落とし穴

- 人や建物に向けた花火が事故を引き起こした例もあります。

健全に

健や

◆話し合い・ふれ合いを

- 子どもとふれあう機会を多くもちましょう。
- 生命のたいせつさを親子で話し合いましょ

◆子どもたちの好奇心を

- 日ごろできない体験、町や地域が主催するイベントなどに積極的に参加させましょう。
- 携帯電話やインターネットには、有害情報やフィルタリングサービス等を活用しましょう。子どもを守るために、メディアの使用に注意を払ってほしいです。

◆飲酒、喫煙、無免許運転

- 祭り等での子どもの飲酒、喫煙に十分注意を払ってほしいです。
- 子ども同士の泊まり合いや、ゲームセンターなどには、必ず保護者が付き添ってほしいです。(帰宅時間の目安/小学生1時間、中学生2時間)
- 大人のちょっとした気配りで子どもが非行に誘われることがあります。(バイクや車のカギを外しておくことなど)

◆窃盗(万引き)はしな

- 万引きは犯罪です。店内での不審な行動や、万引きの被害に遭ったという考えは捨てて一声かけてください。
- 子どもが、買ってあげたものでないものを持ち帰ると、万引きとみなされることがあります。万引きの被害に遭った場合は、必ず保護者が被害届を提出してください。

平成29年度津南町「心の教育」継続推進

明るく 元気に 心を込めて 「あいさつ・返事」

津南町青少年育成町民会議 津南町教育委員会 津南町PTA連合会 津南町小・中学校 郡市学警連 津南町社会福祉協議会 津南町交通安全対策協議会

暮らしの
情報満載

見て・知って・得をする かわらばん

を発表します。

発表を通じて、自らが健康な心身づくりに努めるためだけでなく、住民のかたがたにその理解を深めてもらうことを目的として開催するものです。中学生の熱い思いを聞きに、ぜひ足をお運びください。

■日時 8月8日(火)

午後1時30分～午後4時30分

(午後1時 開場)

■会場 十日町市市民会館

(十日町市学校町一丁目)

■出場者

郡市内の各中学校代表生徒12名

■入場料 無料

■お問い合わせ

津南町教育委員会 生涯学習班

TEL765・3134

内トラブル、インターネット関連のトラブル、悪質商法など

■お申し込み先 税務町民課 町民班

TEL765・3113

8月3日は司法書士の日です
無料相談を行います

8月3日の司法書士の日を記念し、新潟県司法書士会では、県内の各司法書士事務所において無料相談を行います。

不動産の相続や売買など登記に関すること、会社の登記に関すること、成年後見にすること、借金に関すること、その他訴訟にすることなど、適切な相談場所やその解決方法が分からずにお困りのかたがたくさんいます。「くらしの法律家」司法書士は皆様の様々な相談をお受けします。

■日時 8月3日(木)

各司法書士事務所の営業時間内

■場所 新潟県内の各司法書士事務所

■相談例

- ・不動産の売買や相続で土地や家屋の名義をまだ変えていない
- ・新しく会社を起こしたい
- ・ひとり暮らしの老後を安心して過ごしたい
- ・もう何年も返済を続けてきたのに一向に借金が減らない

■お問い合わせ 新潟県司法書士会

TEL025・244・5121

教育委員会 臨時職員募集

■募集職種 小学校 用務員

■募集人員 1名

■応募資格

60歳前後まで

(平成29年4月1日現在)のかた

■申込期間 平成29年8月14日(月)まで

■申込方法

申込期間中に申込書(用紙は総務課に用意してあります)を総務課総務班に提出してください。

■任用期間 平成29年8月28日(月)から

任用は6か月を超えない期間で、必要とする期間任用します。ただし、業務の都合により更に6か月を超えない期間で任用する場合があります。

■選考方法

書類及び面接により選考します。過去に用務員の経験があるかたを優先いたします。

■勤務時間

午前8時から午後4時45分(ただし、学校の予定によって前後する場合があります。)

消防防災・ 交通安全フェア

■日時 8月12日(土)

午前10時～午後4時

■場所 ニュー・グリーンピア津南駐車場

■内容

消防車、パトカー、白バイ等の展示。起震車による地震体験、水消火器での初期消火体験などが予定されています。楽しく、ためになるイベントです。ぜひ、ご家族そろってお出かけください。

■お問い合わせ 総務課 総務班

TEL765・3112

新潟県少年の主張大会 『わたしの主張』 十日町・中魚沼地区大会

十日町・中魚沼地区の各中学校から代

表として選ばれた中学生が日頃考えていることや日常生活の中で感じていること

弁護士による「B型肝炎 特別措置法無料相談会」

このことについて出張相談会が次のとおり開催されますので希望されるかたは左記までご相談ください。

- 日時 平成29年8月5日(土)
午後1時30分～4時(受付午後3時まで)
- 場所 クロステン十日町 第2会議室
- 内容 集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族を対象とした弁護士による相談会

■お申し込み先・お問い合わせ

事前に申し込みを優先しますが当日会場での申し込みも可能です。

全国B型肝炎訴訟新潟事務所
TEL 025・223・1130

ほくほく線開業20周年イベント列車 「ほくほくSAKE Lovers号」

ほくほく線沿線の銘酒を楽しむイベント列車「ほくほくSAKE Lovers号」が運行されます。

新潟の日本酒を世界に発信する「Niigata SAKE Lovers」がオススメする、日本酒がもつと美味しくなる食べ合わせが楽しめるほか、オリジナルプラン「繋ぐ」の試飲会も行います。

■催行日 9月10日(日)

集合 六日町駅 午前9時30分頃
解散 くびき駅 午後3時20分頃

- 料金 4,000円(運賃・食事代含む)
- 定員 40名
(応募多数の場合抽選となります)
- 申込方法
メール(sake lovers@hokuhoku.co.jp)
電話受付 北越急行株式会社 営業企画課
TEL 025・750・1251
(平日午前9時～午後6時)
- 応募締切 8月10日(木)

ハッピー・パートナー企業に 登録しませんか！

新潟県では、男女が共に働きやすく、仕事と家庭生活等が両立できるような職場環境の整備や、女性労働者の育成・登用などに積極的に取り組む企業を「ハッピー・パートナー企業(新潟県男女共同参画推進企業)」として登録し、その取組を支援しています。

■登録するとこんなメリットがあります。

- ・県HPや広報等によりPRします。
- ・希望に応じて、県から取組推進のためのアドバイザーを無料で派遣します。
- ・日本政策金融公庫「地域活性化・雇用促進資金」による制度融資が利用できます。
- ・商工中金「ハッピー・パートナー企業応援ローン」が利用できます。
- ・県が発注する物品調達等において、一定条件を満たせば優遇が受けられます。

- ・新潟県建設工事入札参加資格審査の加算要件となります。
- 対象
新潟県内に活動拠点を有し、事業活動を行う企業、法人、団体
- 審査・登録
県で審査をし、登録手続きを行います
が、登録にかかる費用はありません。
- 応募・お問い合わせ
新潟県男女平等社会推進課事業推進係
TEL 025・280・5142

平成29年度 「みんなが主役！男女共同参画 フォトコンテスト」

新潟県では、家庭、職場、地域において、性別による役割分担意識にとらわれずにいきいきと活動している姿で、男女共同参画を身近なものとして感じられるような写真を募集しています。最優秀賞には3万円分のギフトカードを進呈します。多数のご応募をお待ちしております。

■応募締切 平成29年10月2日(月) 必着

詳細は県のホームページをご覧ください。
<http://www.pref.niigata.lg.jp/danjobyodo/1356871505429.html>

■応募先お問い合わせ

〒950-8570
新潟市中央区新光町4番地1
新潟県民生活・環境部
男女平等社会 推進課
TEL 025・280・5142

川で遊ぶ時は 急な増水に注意しましょう

川で遊ぶ時には、急な増水に備え、遊ぶ場所近辺とその上流部の気象情報や防災情報などをあらかじめ確認しましょう。また、現地では事前に危険な場所を確認し近寄らないようにするとともに、雨が降り始めたり水位が上昇したりした場合は、すぐに避難してください。

河川水位等の各種情報は、県の「土木防災情報システム」で確認できます。パソコン版・従来型携帯電話(ガラケー)版サイトに加え、スマートフォン版サイトを新たに公開しましたので、是非ご利用ください。



スマホ版

■お問い合わせ

十日町地域整備部治水課
TEL 757・5526



第4回 津南タフマラソン in 苗場山麓ジオパーク

開催日 平成29年10月1日(日)雨天決行

会場 新潟県津南町

ニュー・グリーンピア津南

種目

・42.195km

女子高校以上、男子高校〜44歳、

45歳〜54歳、55歳以上

・21.0975km

女子中学以上、男子中学〜44歳、

45歳〜54歳、55歳以上

・7km

女子小学、中学以上、男子小学、中学以上

受付

9月30日(土)

午後3時〜5時30分

ニュー・グリーンピア津南ロビー

10月1日(日)

午前7時30分〜各種目スタート30分前

ニュー・グリーンピア津南南側

大会本部(荷物預かりあり)

開会式&交流会

9月30日(土) 午後6時30分〜

ニュー・グリーンピア津南内 特設会場

※交流会費はニュー・グリーンピア津南

に宿泊の方は無料、それ以外のかたは、

3,000円(当日徴収)となります。

競技説明

各種目スタート20分前 大会本部前

スタート

・42.195km/午前9時

・21.0975km/午前11時10分
・7km/午前11時20分

※各種ドリンク、果物、こしひかりの新米

おにぎり等量、質とも豊富に用意

・42.195km 10ヶ所

・21.0975km 5ヶ所

・7km 1ヶ所

ゴール 大会本部前

制限時間

・42.195km/7時間

・21.0975km/4時間

・7km/1時間30分

表彰

各部1〜3位に賞状、賞品 飛び賞あり

参加賞 地元特産品(予定)

ニュー・グリーンピア津南 無料入浴券

定員

・42.195km/200名

・21.0975km/200名

・7km/100名

参加料

・42.195km (高校以上)

一般 4,800円

高校 4,200円

・21.0975km (中学以上)

一般 3,900円

高校以下 3,400円

・7km

一般 3,000円

高校 2,500円

中学以下 1,700円

津南町在住中学以下 1,000円

申込方法

①インターネット

ランネット

<http://runner.jp/>

スポーツエイド・ジャパン

<http://sportsaid-japan.org>

②専用申込書による申込み

参加申込書に必要事項を記入のうえ、

大会事務局まで郵送かFAX(049-

298-7788)にてお送りください。

参加料は下記口座宛にご送金ください。

申込書と参加料の受領をもって正式エン

トリーとします。

・郵便局の払込取扱票による郵便振替

口座記号番号

0010003666815

加入者名 スポーツエイド・ジャパン

・銀行等、他の金融機関からの振込み

ゆうちょ銀行〇一九(ゼロイチキユウ)店

当座0666815

加入者名 スポーツエイド・ジャパン

※〇一九(ゼロイチキユウ)店は支店名一

覧の「サ行セ」のなかにあります。

■申込期限 8月31日(木)必着

先着にて定員になり次第、締め切りま

す(スポーツエイド・ジャパン公式サイト

でお知らせ)。

なお、締め切り後に申し込み(参加料を

送金)されたかたには手数料(書留料金

等)を差引いた金額を返金します。

お問い合わせ先

津南町教育委員会生涯学習班

Tel 765-3134

第4回 津南タフマラソン
Tsunami Tough Marathon
日本百名山 in 苗場山麓ジオパーク
42.195km 21.0975km 7km
9/30(土) 開会式&交流会
イベント ヒルクライムレース+ランニング営業
&ネイチャートレイルファンタジー お楽しみ抽選会
主催/スポーツエイド・ジャパン 津南町 後援/津南町教育委員会 津南町観光協会
運営協力/武蔵ウルトラマラソンクラブ チーム★リズベクト 苦愛♡オクム
特別協賛/ニュー・グリーンピア津南
ジオパークとは、直訳すると「大地の公園」。地球の成り立ちを窺える地形や地質、そこに育まれた生態系と、私たち祖先の歴史文化を守りながら体験して楽しく学ぶ場所、それがジオパークです。苗場山麓の北西に位置するこの地域は、火山活動、河床段丘の隆起と浸食、活断層活動、さらには山体崩落によってダイナミックな地勢環境に形づくられました。そのなかをめぐるのが「津南タフマラソン」。大地の息吹を感じながら起伏に富んだダイナミックなコースを堪能しよう！

熱中症にご注意を！ すぐにはじめよう熱中症対策！



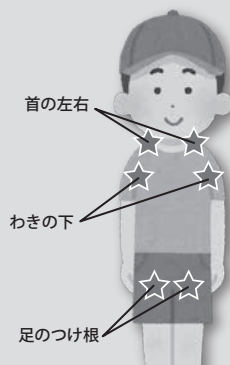
熱中症とは？

- 高温多湿な天気の日には、体内の水分・塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体に熱がたまり、筋肉痛や大量の汗、そのほかに吐き気・倦怠感などの症状が出ます。症状がひどくなると意識障害が起きることもあります。
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さに体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響が重なることで、熱中症の発生は高まります。
- 熱中症は決して屋外だけでなく、屋内でも発症します。救急搬送されたり、死亡する事例も報告されています。特に高齢者のかたは屋内での発症するケースが増えています。

熱中症を防ぐには？

- ▲水分と塩分補給！
体温調節には汗をかくことが大切！しかし、汗をかくことで水分と塩分が失われます。こまめな水分・塩分補給を！
- ▲体調の変化に注意！
その日の体調によって暑さへの抵抗力が異なります。休憩を多めにとり、体を冷やすなどして体調に注意を払いましょう。
- ▲過ごしやすい環境に！
屋外では通気性のよい衣類、日差しを防ぐ帽子の着用。屋内ではすだれやカーテンで日差しを防ぎ、扇風機やエアコンを使用し、温度調整をしましょう！

冷やすポイント！



津南町に住んで3か月が経ちました。4月に秋山郷に来た時はたくさん雪が残っていましたが、今は新緑、3か月の間に変化していく景色を驚きと共に楽しんでおります。そして、この3か月は自分にとって初めて経験する事ばかりでした。まずは「雪掘り」。かたくりの宿の営業開始の準備で、施設裏の配管を掘り出すというものでした。雪を掘るから雪掘り、身をもって体験して理解しました。施設の屋根まで届きそうな雪の量でしたが、昨年度の雪は少ない方だと聞いて愕然。今年度の冬をとっても楽しみにしています！次に「道普請・堰普請」。初めてこの文字を見た時、読みかたも意味もまったくわかりませんでした。作業に参加して、地域の生活・安全の為にとても重要な作業である事を思い知らされました。そして「草刈り」と「田植え」。どちらも体がしんどい部分がありますが、作業をしていると夢中になってしまい、とても楽しかったです。たくさん汗をかいた後のビールはとてもおいしいですね！天気心配されましたが、今年も結東の石垣田で「けつとのほかげ」が無事に開催されました。



↑大変な草刈りも笑顔で！

地域おこし協力隊だより

です。今はこの地域のかたがたがどのよう生活しているのかを知り、実践して勉強したいと思います。次に初めて経験するのは、「薪割り」「稲刈り」かな？見玉から大赤沢までの草津街道の草刈りも楽しみにしています。（昔のかたがたが切り開いた街道と一緒に草刈りしてくれる協力者募集中です！）

最後に告知を。8月19日(土)、14時から（開場13時30分）、結東のかたくりの宿の体育館で『けつとの音楽会2017』が開催されます。自分は運営を担当させて頂きます。今回の出演アーティストは、シンガーソングライターの「せんぎきあやの」さんです。秋山郷の大自然の中にあるかたくりの宿でのコンサート、せんぎきあやのさんの優しい歌声を聞きにぜひお越しください。【秋山郷地区：石田】

町立病院運営審議会だより

町立病院運営審議会で、今後の具体的な病院のありかたについて議論が始まりましたので、町民の皆様には審議内容をお知らせいたします。

町立病院運営審議会って？

今後の津南病院の運営について、審議や協議を行うために条例で設置された機関です。この審議会のメンバーは、津南町議会議員2名、津南町国民健康保険運営協議会委員2名、学識経験者2名の計6名です。また任期は4年となっています。

これまでの経緯

平成28年2月から全床休床している療養病床52床の活用方法について検討する「療養病床利活用検討会議」を設置して、5月から9回の検討を重ね、平成29年1月26日に町長へ介護療養型老健施設の利活用を主とした報告書を提出しました。

しかしながら、医師不足・看護師不足に加え、診療報酬の改定や地方交付税の削減、少子高齢化による人口減少などの理由により、近年急激に経営状況が悪化したため平成27年度・平成28年度と単年度5億円を超える財政支援を行いました。このまま年5億円を超える財政支援を続けることは、町財政の収支に多大な影響をおよぼすことが懸念されるため、町は町立病院の今後のありかたと、町の医療提供はどうあるべきか、抜本的解決

策について「町立病院運営審議会」に諮問いたしました。

第1回運営審議会

◎日 時…平成29年4月25日(火)
◎場 所…津南病院

- ◎議題1 「津南病院の現状の確認」
- ① 年度別入院患者数の推移
- ② 年度別外来患者数の推移
- ③ 病院の収益、費用、他会計繰入金等の推移
- ④ H28年度年間医業収益科別内訳などの説明を受けました。

◎議題2 「審議会の体制」

町立病院運営審議会が主体となって議論し、必要に応じて行政や病院関係者に資料の依頼、意見徴収を行います。また、審議の状況によってはオブザーバーの活動を依頼することにしました。

◎議題3 「審議内容の確認」

① 病院運営（経営）のありかたについては、直営、独立行政法人、国民健康保険立、公社化、指定管理による委託、民間譲渡などの運営形態があるなかで、メリット・デメリットの可能性について議論することにしました。

- ◎議題2 「診療体制のありかた」
H27・28年度の診療状況の収支の説明を受けました。
- ◎議題1 「病院運営（経営）のありかた」
自治体病院を持つ市町村の運営形態について説明を受けました。
- ◎議題2 「診療体制のありかた」
H27・28年度の診療状況の収支の説明を受けました。

第2回運営審議会

◎日 時…平成29年5月22日(月)
◎場 所…津南病院

- ◎議題1 「診療体制のありかた」
H27・28年度の診療状況の収支の説明を受けました。
- ◎議題2 「診療体制のありかた」
H27・28年度の診療状況の収支の説明を受けました。
- ◎議題3 「診療体制のありかた」
H27・28年度の診療状況の収支の説明を受けました。



↑ 審議会委員と役場職員・病院職員が協議する様子

津南病院

はい
保健師
です



今月は
北村知子
保健師

身近な病気、糖尿病

みなさん、甘い物は好きですか？私は間食について甘いお菓子や甘いコーヒをとってしまいます。そういった生活を続けていたら今年の健康診査の結果で少し血糖の数値が上がっており、間食に気を付けなければと心に誓ったところです。みなさんはいかがでしょう？

津南町の住民健診の結果をみると血糖の数値が「少し高め（保健指導数値）」というかたが大勢います。

糖尿病は発症要因から大きく1型、2型に分けられます。日本人では糖尿病患者さんの約95%が2型糖尿病といわれ、「ストレス」、「肥満」、「運動不足」、「暴飲暴食」などの生活習慣の乱れが主な原因となって起こります。「甘い物は食べない」というかたも安心はできません。

まずは健診を受け、自分自身の血糖の値を確認しましょう。

◎日ごろの生活習慣が重要です。

健診でお話しを聞くと、すでに気を付けているという声もたくさん聞きます。「食事は野菜から食べる」、「間食に気を付けている」、「コーヒーには砂糖を入れない」など実際に気を付けているかたが多いようです。他にもいくつか食事のポイントがあるので紹介します。

《食事のポイント》

- ・朝、昼、晩、3食きちんと食べよう
- ・職場での昼食をお弁当持参にするとコンビニのお弁当よりカロリー控えめに
- ・外食は和食や和風の定食を選ぶ
- ・カロリーが高い、バター、マーガリンやドレッシングに注意を
- ・調味料や香辛料、ハーブ類などで飽きのこない味付けに
- ・野菜、海藻、玄米、麦ごはん、キノコ類などから食物繊維を
- ・主菜をとりすぎないようにおかずの量にも注意
- ・ゆでたり蒸したりなど調理方法を変えてカロリー控えめに

血糖の数値が高めのかたは悪化しないように生活習慣を振り返り、見直していきましょう。健康なかたはこういった生活をしていることで生活習慣病を予防することができます。

健康づくり ア・ラ・カルト

津南町で活躍しています!!

貝坂 桑原 ジンダーワンさん

タイから嫁いで 来ました…

タイから日本に来て9年になりました。初めて来た時に困ったことがたくさんあっても、日本語がわからないので思っていることを伝えられませんでした。

国で勉強したと言っても基本的なことを少しぐらいです。時々、話したいのに話せないのは辛いです。「ことばのキャッチボール」で勉強して、だんだん話せるようになりました。そして、日本語能力試験N2にも合格しましたし、運転免許も日本語で取得しました。

今は仕事をしながら「ことばのキャッチボール」にも通っています。

タイの文化を広めたいです…

私の仕事は、タイの工芸品を手作りすることです。粘土アート、ソーパカーピング、アクセサリー、キャンドルなどです。作品の販売は年数回のイベントに出店しています。粘土アートと彫刻は公民館で教室がありますので、興

味があつたらご参加ください。私が教えます。私の作品は、いっぱいあるのが冠婚葬祭の引き出物や飾りなどいかがですか？注文承ります。

そして他にも、私はタイの野菜が食べたいので畑のことはほとんど知りませんが、見よう見まねで色々な作物を作れるようになりました。立派な野菜がとれるととても嬉しくなります。津南町に住んでいて良かったです。景色と空気が綺麗で、野菜とごはんが美味しいです。

津南町は雪が多いので寒くて大変です。タイでは雪がないですから…。

『粘土アート』作りに取組むジンダーワンさん♡♡♡



原稿の文章も自ら書きました。漢字もOKです♡♡♡

※「ことばのキャッチボール」は、外国から津南町にいられたかたを応援する教室です。
会場及び問合せ先：津南町文化センター
(☎765・3134)
週2回開催。興味がある方、大歓迎です!!



『か」「く」「し」「ご」と「』』

住野 よる / 著 新潮社

「みんなは知らない、ちょっとだけ特別なちから。そのせいで最近、君のことが気になって仕方ないんだ。」きっと誰もが持っている自分だけのかくしごと。クラスメイト5人のかくしごとが照らし出す、お互いへのもどかしい想い。ベストセラー作家の最新作。

・：夏休み夜のおはなし会・：

今年も夏休み期間に夜のおはなし会を文化センターで開催します。当日は、大型紙芝居や人形劇、パネルシアターなどを使った楽しいお話や面白いお話を聞くことができます。ご家族でも楽しめる内容になっていますので、お子さんと一緒に参加してみたいかがですか？

また、今年「読み聞かせ団体」おはなしおかあさん」が30周年を迎えることから、今まで読み聞かせで使用してきた作品の展示も行っています。

■日時 8月23日(水) 夜7時～8時

■場所 津南町文化センター3階和室 (30周年記念展示は3階視聴覚室です)

■対象 保育園児～小学校低学年の児童
*ご家族のかたと一緒に参加してください。

■その他 お申し込みは不要です。

・：古本市の開催について・：

図書室では、8月10日(木)～8月31日(木)の間、書庫に入りきらなくなった本や、長い間貸出がなかった本、古本市への寄贈本などを文化センター1階に展示し、無料で差し上げます。古本の多くは、大人向けの小説です。人気作家の小説もたくさんあります。

・：県立歴史博物館の夏季企画展・：
新潟県立歴史博物館では、7月22日(土)～9月3日(日)の間、「クイズとたいけん！むかしのくらし」展を開催しています。企画展では、小学生が祖父母のくらしをクイズ形式で楽しく学んだり、むかしのくらしの調べかたなどを教えてもらうことができます。

■休館日 7月31日(月)、8月28日(月)

7月の新着図書(一部掲載)

【大人の本】

- 『掟上今日子の裏表紙』……西尾 維新 / 著 講談社
- 『デンジャラス』……桐野 夏生 / 著 中央公論新社
- 『新任刑事』……古野 まほろ / 著 新潮社
- 『ドクター・デスの遺産』……中山 七里 / 著 KADOKAWA
- 『竜宮城と七夕さま』……浅田 次郎 / 著 小学館
- 『わたしたちは銀のフォークと薬を手にして』……島本 理生 / 著 幻冬舎

- 『潮騒はるか』……葉室 麟 / 著 幻冬舎
- 『アンカー』……今野 敏 / 著 集英社

【子どもの本】

- 『おたすけこびとのにちようび』……なかがわ ちひろ / 文 徳間書店
- 『言葉屋』……久米 絵美里 / 作 朝日学生新聞社
- 『りすのきょうだいとふしぎなたね』……小手鞠 るい / 作 金の星社
- 『ピンクのドラゴンを探しています』……あんびる やすこ / 著 岩崎書店

この企画展に関連して、町図書室でもむかしのくらしが学べる資料を展示しています。専門書が多いことでもありますので、お子さんと一緒にご家族で理解を深めていただけたらと思います。

・：移動図書室のお知らせ・：
8月は移動図書室がお休みとなります。7月に本を借りたかたは、返却が9月になりますので、お気をつけください。

なお、本を早く返却したい場合は、図書室に本を返すことができます。

・：図書室の開館時間・休館日・：
■開館時間 平日 9時～18時
土日祝 8時30分～17時

■休館日 7月31日(月)、8月28日(月)

Pen Relay

歴史好きになったわけ

—— 江村 かおるさんから
紹介する本
徳川家康 全26巻
山岡荘八 / 著 出版社 / 講談社

おかむら まさゆき
岡村 昌幸さん (大割野)

もう数十年前も前のことになりましたが、新人社員として張り切っていた頃のことです。尊敬する先輩から「社会人として、人間的に成長するには歴史上の人物をよく知っておくことがとても大切だよ。まずは織田信長あたりからだ入りやすいんじゃないかな。」と勧められ、読み始めたのが山岡荘八の織田信長5巻でした。もともと本には子どもの頃から親しんでいたのですが、歴史については学校で社会の勉強が全然ダメで、年号や出来事を暗記することに全く面白さを感じず敬遠していました。ところが、小説として読んでみると人物が生き生きと魅力的に描かれていて、頭の中でイメージ出来、「なぜあの合戦が起きたのか」などの背景が意味を持って理解できます。当時大河ドラマで「独眼竜政宗」を放映していたこともあり、次は伊達政宗8巻、続いて豊臣秀吉8巻等次々と読み進みました。そしていよ

短歌

砂丘

- 「懐かしい味がするよ」と子は言いて
吾の作りし厚揚げ食べる
石橋寿子
- 豊作を願ひ弥彦に参拜し
新たな気持ちで津南へ戻りぬ
山本光一
- 「なに」「なに」と見る物全てに興味もち
無邪気に問いては満足する孫
津端恵子
- コンピニに買いいおにぎりに「賞味期限
午前三時」と記されており
貝澤圭子
- 色覚の検査することアスパラを
はびこる草と見分けて採りぬ
関谷郁子
- オーケストラの指揮者のごとく雪柳の
細枝は右に左に揺るる
恩田久美子
- 萌え出でし櫛の若葉を渡る風
児らの背中影を揺らせり（松之山美人林）
丸山直子
- 深き霧こもれる路地に山吹の
標のごとく撓ひ揺れぬ
小野寺恒代
- 表紙絵の薄黄緑の冬牡丹
明けき容飽かず眺めぬ
高橋春枝
- ぜんまいを揉むわが背にも地にも散る
桜の花に行く春惜しむ
内山キク
- 暮れてゆく池の彼方の杉林
茜の色に今し染まりぬ
麻績初恵
- 三日前何もなき如寄り呉れし
友の急変にわれ立ちつくす
滝沢勝枝
- 雪に耐へそれぞれ可憐な雪割草
花火のやうにパツと開きぬ
風巻京子
- 花二輪蜻蛉一匹みな尾瀬の
一員なりとふ言葉残れり（娘との尾瀬）
鈴木綾子
- 病院の呼び出しに急ぎ来たる吾を
待ちぬし叔母か死の迫りつつ（4・25死去享年92歳）
萩原光之

長生学園

俳句

岩すげ俳句会（六月）

- 晴れ渡る空の向うに三ツ根山
頭の雪もいつしか消える
富沢 キミ
- 久久に降る今日の雨乾きたる
畑にしみ込み緑潤す
島田 眞之
- 個人……
しなの荘昼美味しくて外出の
ツアー満開桜の下で
グループホームひまわり
清水 貞子
- 郭公や駅舎に伝言板の跡
村外れまでは坂道柿若葉
千年雄
- みな味をたたへて清水はなれけり
山頂の観音像や青あらし
房 良
- 眼の端をかすめて迅し初つばめ
浅草のデン助一座へ浴衣がけ
東 川
- 金蛇の金属の艶春の昼
鈴蘭の鈴は鳴らざり瓶に挿す
芳 司
- 今年また捨てる捨てぬの古簾
十薬の花に埋れる空家かな
渡 舟
- 窓の外行きつもどりつ黒揚羽
美 恵
- 冬詩子
妙
貞

いよ徳川家康26巻を読み始めたのですが…。

当時私は長岡市に住み、仕事の関係で五泉市まで片道1時間半かけて通っており、コンピュータプログラムというとてもハードな仕事をしていました。毎朝6時半にはラジオ体操を聞きながら家を出て、22時過ぎまで仕事をするのが常で、家に帰るのはいつも夜中という生活でしたので、なかなか本を読む時間がありません。それでも子どもからの習慣で寢床に入ってから読み始めるのですが、数行読んだだけでいつの間にか寝てしまったり、しおりを挟んであるところから読み始めても脈絡がわからず数ページ戻って読み直したり…。

そんなこんなで26巻読了するのに何と2年くらいかかってしまいました。でもお蔭で歴史がとても身近になったことは今となつては大きな財産です。「愚者は経験に学び、賢者は歴史に学ぶ」という言葉がありますが、先人に学ぶことが出来る「本」というものは実に素晴らしいものだと思います。

最近の小説ではなく、史実を求めて古い史料などを漁っています。

次は若き書道家、高橋翔平さんにバトンをお渡しします。

健口から健康づくりを

(津南町歯科保健計画から)

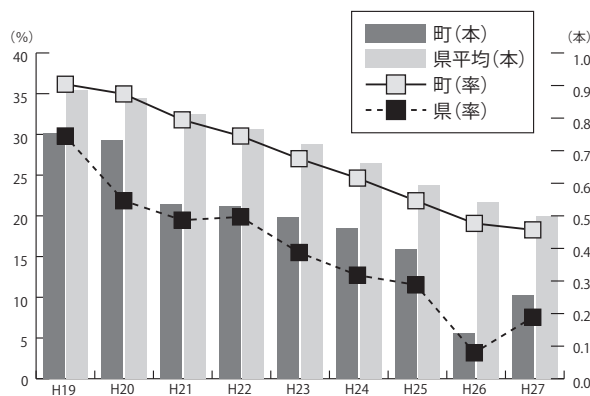
毎日、おいしく食事を
いただいていますか。
会話を楽しんでいきますか。

歯は、私たちの健康と深いかわりを持っていきます。人間が生きていくうえで欠かせないエネルギーを摂取するには、歯で食べ物を良くかんで消化しやすい状態にして、胃や腸に負担をかけず全身に栄養を行きわたらせなければなりません。また、歯がそろっていないと、正確な発音ができずにコミュニケーションがとりにくくなったり、顔の見た目に悪い影響を与えたりします。食事のとき、味覚や歯ごたえ、歯ざわりを感じられるのも、大切な歯があつてこそです。歯は健康で豊かな生活を楽しむために必要不可欠なものです。

すべての町民が歯と口腔の健康を保ち、生涯充実した食生活や会話を楽しむために、住民のみならず関係機関、行政等が取り組むべき具体的な対策を検討し、平成24年に策定した「津南町歯科保健計画」を見直し、今年の3月に「津南町歯科保健計画（平成29年度～平成34年度の6か年計画）を新たに策定しました。

前回の計画からその後の結果を評価すると、「保育園児の仕上げがきを毎日実施している割合」「12歳児一人平均むし歯本数」については目標値を上回る結果を残しています。

12歳児一人平均むし歯本数とむし歯有病率



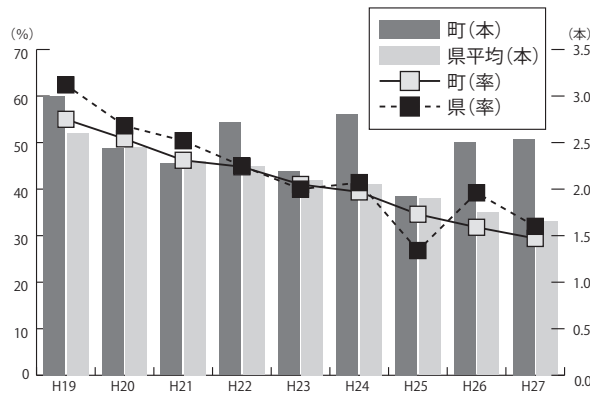
一方、5歳児のむし歯有病率や障害者等の歯科保健対策では課題も残り、今後は幼児期におけるフッ化物塗布導入の検討や、障害者等の歯科保健指導について、関係機関と連携を密にしなが、対策を講じていくこととしています。

歯と口の健康を保つ3つのF



- デンタルフロスなどによる歯間部清掃 (Floss)
- 生涯を通じたフッ化物の利用 (Fluorides)
- かかりつけ歯科医による定期健診 (Follow UP)

5歳児一人平均むし歯本数とむし歯有病率



★目標★

- 【乳 幼 児】 親子で歯みがきでき、むし歯のない子が増える
よくかんで食べる習慣を身につける
- 【児 童・生 徒】 自分の歯や口に関心を持ち、むし歯や歯周病になりにくい生活習慣を身につける
- 【成 人・高齢者】 歯や口の健康を維持するための生活習慣を実践し、生涯自分の歯で食事を楽しむ
- 【障害・要介護者】 歯や口の適切なケアにより健康を維持する

個人で、家族ぐるみで、保育園、学校の健康に取り組み、「健口」から「健康」づくりをして「健康で生きがいのあるまちづくり」を実現していきましょう。

津南町歯科保健計画の中で、ライフステージごとに目標を定めています。

Tapでいこう!!



子どもも大人も集まれ〜! 「第1回さわやかスポーツ交流会」

津南町スポーツ推進委員会では「第1回さわやかスポーツ交流会」を行います。普段は町内の各地区でさわやかスポーツ教室を開催していますが、今年は総合センターに集まり、交流をするイベントを企画しました。初めてのかたも大歓迎です。ぜひ参加してみませんか?

- 日 時 8月8日(火)
19時〜20時30分
- 場 所 津南町総合センター体育館
- 対 象 町内のかたとなたでも
- 参加料 無料
- 内 容
 - ① スポーツ吹き矢
 - ② レクポッチャ
 - ③ 大縄跳び
 - ④ 射的コーナー など
- 持ち物 内履き・飲み物・着替えなど



Tap事務局【TEL】765-5776 【FAX】765-3596

- その他 駐車場に限りがありますので乗り合わせ等の協力をお願いします。
- ① スポーツ吹き矢→大人のかたを中心にを行います。呼吸を意識して、勢いよく息を吹くことで腹筋が鍛えられます。
- ② レクポッチャ→パラリンピックの種目であるポッチャを簡単にしたゲームです。どなたでも気軽に参加できます。
- ③ 大縄跳び→8の字跳びやくぐり抜けなど、子どもを中心に行います。楽しみながらたくさん体を動かすことができます。
- ④ 射的コーナー→子どもが対象となり、おり、縁日気分が味わえます。

小さなお子さんから高齢者まで楽しめる内容となっています。また、ささやかな景品も用意していますので、ぜひ遊びに来てください。大勢の方々の参加をお待ちしています。
(Tapは委託事業としてスポーツ推進委員会の事務局を担っています。)

津南石造物散歩

242

つまり石仏の会

文責 桑原和位

阿弥陀三尊種字碑の建立は善光寺信仰者の建立では

信州善光寺に通ずる善光寺道が津南町には信濃川の両岸に昔の姿を残したまま点在しています。

善光寺には年間500万人の参詣者が訪れる信者寺として有名ですから、善光寺道は信仰の道として、わたしたちの先祖はもちろん近在から、そして遠路から「おらが善光寺さん」と善光寺を参詣する信奉者が大勢行き帰したでしょう。

信州善光寺山内は、大勸進を本坊とする25カ寺の天台宗一山と、大本願を本坊とする14カ寺の浄土宗一山によって構成され、本堂(如来堂)を中心に法儀が行われています。

全国に善光寺と呼ばれるお寺は約150カ寺、善光寺如来像(阿弥陀如来、聖観音菩薩、勢至菩薩を一つの光背におさめた一光三尊如来像)を祀るお寺をあわせると約500カ寺があると善光寺のパンフレットに書かれていました。

善光寺縁起の解説書によりますと、善光寺本尊像は積尊在世時にインドで生まれ、百濟からわが国に最初に伝来し、肌にくもりをもつ極楽の生身如来で、絶対的な秘仏です。その秘仏にかわって7年に1度前立本尊が開帳されています。本尊を安置した龕(仏像を納めるため

の厨子や壁面を彫りこんだ棚)の前に二重に懸けた戸張が下がっています。外側の戸張は塵除けといわれ、毎朝、日の出る時に上げられ(開帳)、日の沈むときに下げられます(閉帳)。内側の戸張は本戸張といわれ法会の都度上下に開閉帳されます。参詣者は開帳の時に本尊との出会いを感得するといわれています。

「身はここに、心は信濃の善光寺 導きたまえ 弥陀の浄土へ」「遠くとも一度は詣でよ 善光寺 救いたもうは弥陀の誓願」。このような2つの御詠歌が示すように善光寺信仰は、阿弥陀如来が生きてし生きるものすべてを極楽へ導く仏であり、極楽往生が遂げられると信仰されています。

また、善光寺の地は極楽と現世との境域であると信じられています。ですから、御詠歌にあるように直接参拝に出かけ足跡を残さなければなりません。こうした聖地観は仏教伝来以前から我が国にはありました。「あの美しい山は、死者の往くところ」でした。その山中他界観と仏教の極楽という他界観とが習合して境域が形成されました。

建立者名のない阿弥陀三尊種字碑は、阿弥陀信仰や善光寺信仰の歴史を考えるのと、信州善光寺に足跡を残した先祖の阿弥陀三尊種字碑が信者によって建立されたものと考えられることができます。

病院歳時記

退院支援看護師

始めました

5病棟 退院支援看護師 富澤 一実

今年の6月から退院支援看護師として病棟で働いています。皆さんは「いったいなんでそのような名前?」「普通の看護師と何が違うの?」等思っかと思えます。

それは現代の流れが「病院の時代から、地域包括ケアの時代」ということもありま。入院はあくまで通過点でその後は暮らしの場に「患者ではなく生活者であり本人の尊厳の基に」という考えから、入院時からそのかたのゴールを予測し、病院全体や地域全体で協力して関わり、そのかたやご家族の尊厳に沿ったところに帰ろうという事です。そのため、みんなの架け橋となって関わっていくのが退院支援看護師です。

そのかたの生活を見つめた中で、不安が少なく送れるようにはどうしたらいいか一緒に考え、安心した生活が送れることを目指して頑張っています。

年金コーナー

現況届の提出はお済ですか?

障害基礎年金を受給中で、年金コードが6350、2650の皆さんに、所得状況届が届いていると思います。

7月が提出月となっています。まだお手元に届書があるかたは、月末までに税務町民課 町民班までご提出ください。

受け取れる年金額・年齢について

国民年金を40年納付した場合に1年間で受け取れる年金額のめやす(平成29年度の金額)
779,300円

この金額に厚生年金を支払っているかたは上乘せされます。

国民年金保険料の支払いは60歳までですが、受け取りは原則65歳からとなっています。(厚生年金を支払っているかたは、段階的に引き下げられ、男性は昭和36年4月

2日、女性は昭和41年4月2日以降生まれのかたから65歳となります。)

ただし、希望をすれば60歳から65歳になるまでの間に年金を受け取ることができる繰上げ制度があります。全部繰上げと一部繰上げの2種類の方法がありますが、注意点として、請求をした時点(月単位)に応じて年金が減額され、その減額率は一生変わりません。

もし60歳で請求をした場合の減額率は30%、毎月の支給額から3割引かれ続けることとなります。また、国民年金に任意加入中のかたは繰上げ請求をすることができません。

その他、全部繰上げをする場合には、65歳までの間に支給される予定だった厚生年金のうち基礎年金相当額の支給は停止されたり、繰上げ後に重症になった場合、障害基礎年金が請求できないことがあるなど不利益になることがありますのでご注意ください。

お問い合わせ

- ・六日町年金事務所
TEL 025-716-0800
- ・税務町民課 町民班
TEL 765-3113

議会コーナー



<実施された行事>

- [6月]
 - 22日 ほかほか線開業20周年記念祝賀会
 - 24日 津南町森林組合創立50周年記念式典
 - 26日 新潟県町村議会議長会臨時総会
 - 30日 県内視察(総文福祉常任委員会)
- [7月]
 - 5日 全員協議会
 - 5日 議会運営委員会
 - 5日 湯沢町議会との懇談会
 - 7日 津南地域衛生施設組合議会
 - 13日~14日 県外視察(総文福祉常任委員会)

- 18日 上越魚沼地域振興快速道路建設促進期成同盟会総会
- 19日~20日 県外視察(産業建設常任委員会)

<今後予定されている行事>

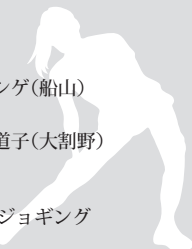
- [7月]
 - 22日 津南まつり
 - 26日 県町村議会全議員研修
 - 26日 上越魚沼地域振興快速道路「十日町・六日町間」整備促進協議会総会
 - 31日 狭山市議会との懇談会
- [8月]
 - 4日 全員協議会
 - 4日 栄村議会との懇談会

健康体づくり100日運動

毎月10日までに100日運動カードを提出いただいたかたを、このコーナーでご紹介します(敬称略)

- 4600日 板場キヨ(辰ノ口)
- 1400日 大倉マツ(小下里)
- 900日 高橋昭子(船山)
- 300日 城澤作義(小下里)、根津シゲ(船山)
- 200日 涌井和子(割野)
- 100日 小林真紀子(足滝)、柿崎道子(大割野)、桑原麗子(割野)

主な運動:ラジオ体操、健骨体操、ジョギング、ウォーキング他。



婚活マッチングシステム

ハートマッチにいがた

「ハートマッチにいがた」は、新潟県が導入した会員制のマッチングシステムです。結婚を希望する独身男女の出会いを、にいがた出会いサポートセンター（以下、「センター」といいます。）がお手伝いします。

入会から出会い、そしてご結婚まで

Step1 会員登録

●パソコンまたはスマートフォンで仮登録し、「センター」でご自身のプロフィールを本登録します。

Step2 お相手探し

●「センター」での閲覧や、ご自身のパソコン・スマートフォンで、会いたいお相手を探しましょう。お引合せの申し込みは、「センター」へ。

Step3 お引合せ

●マッチングサポーターがお相手との日程調整を行い、サポーターが同席してお引合せします。

Step4 交際スタート♡

●お引き合わせ後、サポーターが交際意思の確認をします。お互いに交際意思が確認できたら、交際スタート！

Step5 ご結婚 そして退会

*会員登録できるのは

結婚を希望し、自ら努力される20歳以上の独身で、新潟県在住のかた、県内にお勤めのかた、または新潟県へ移住を希望されるかたで、インターネットやメールを使用できるかた。

*入会登録料

10,000円（2年間有効）

*詳しくは…

にいがた出会いサポートセンター（新潟市）

電話：025-384-4151

HP：<https://www.msc-niigata.jp/matching/>

ハートマッチにいがた

*長岡と上越にも臨時のサポートセンターがあります。詳しくはホームページをご覧ください。

新潟県福祉保健部少子化対策課 電話 025-280-5353

栄村上野原集落から苗場山への道路の途中に位置しています。のよさの里牧の宿から林の中を散策しながら、徒歩約10分の場所にあります。池の周囲にも散策道が整備されています。
白樺やもみじの林に囲まれた小さな美しい池で、晴れた日は、背景の鳥甲山と木々が湖面に写り絶好のシャッタースポットとなります。



天池と鳥甲山（奥）

ジオサイトNo.37
天池

ジオサイトを
探検し隊！

メンバー募集中

溶結凝灰岩



道路脇にも落石があり観察できる

ジオサイトNo.38
上野原（溶結凝灰岩）
上野原では、鳥甲山の第Ⅱ期噴出物を見ることが出来ます。この噴出物はT3と呼ばれ、高温の火砕流として流れたものが自らのもつ熱により溶けて固まり、一見すると溶岩（火山岩）のようになっています。
ここで産出する溶結凝灰岩は灰褐色の安山岩質の岩石で、軽石がぶれて紫がかった灰色ののびたレンズ状になって並んでいます。虎の模様に見えることから虎斑石とも呼ばれています。
上野原から栃川中流域にいたる林道沿いや布岩山東斜面の標高1,250m付近に分布します。層厚は200m、輝石安山岩質の溶結凝灰岩で、柱状節理が発達しています。

お問い合わせ

ジオパーク推進室(なじよもん) TEL 765-1600

戸籍の窓

おめでとう
おさいます (出産)



石澤 知菜(卯之木)	浩一さん
	真由さん
涌井 璃音(陣場下)	昂之さん
	かおりさん
玉村 莉与(十二ノ木)	昌也さん
	真弓さん
半戸 蓮太(中子)	敬行さん
	かおりさん
藤ノ木 美智子(子種)	実さん
	由美子さん

すえながく
おしあわせに (結婚)



恩田 裕作さん(鹿渡)	}
小林 真莉奈さん(足滝)	
滝沢 佳彦さん(秋成)	}
長井 友美さん(秋成)	
清水 幸平さん(田中)	}
樋口 清蘭さん(十日町市)	
池田 剛人さん(大割野)	}
丹野 愛さん(いわき市)	

おくやみ
もうしあげます (死亡)



桑原 賢司さん (90歳・秋成)
福原 ツルさん (82歳・船山)
山田 ミヨキさん (86歳・大割野)
樋口 奴子さん (74歳・辰ノ口)
江村 イセ子さん (75歳・外丸)
阿部 良一さん (86歳・美雪町)
中山 勝行さん (80歳・外丸)
大口 喜義さん (63歳・米原)
廣田 嵐丸さん (17歳・卯之木)
石沢 シゲノさん (101歳・卯之木)

広報編集室
7月6日、7日とホタルの撮影に行ってきた。「表紙の写真に1枚!」と張り切っていたものの、結果は失敗。今期が少し遅すぎたかもしれないね。今回撮影した場所は下船渡本村。どうやらホタルの繁殖地だとか。町外からも撮影に来るかたがいました。来年こそは奇跡の1枚を!
船木康平

●夏季企画展 「苗場山麓の川の生きものたち」

会期 / 7月15日(土)~8月20日(日)
入場料 / 無料
苗場山麓に流れる「船津川」を中心に、川に住む生き物や植物を紹介します。子どもたちに大人気の川の生き物に触れるコーナーもあります。



夏季企画展

●ワークショップ 「船津川たんけん隊!!」

船津川へ行って探検しよう!

<昆虫編> 7月29日(土) 9:30~11:00
<水生生物編> 8月5日(土) 9:30~11:00
定員 / 15人(要予約)
体験料 / 無料
集合場所 / 旧中津小学校

●環境省アクティブ・レンジャー 国立公園写真展

会期 / 8月4日(金)~8月27日(日)
入場料 / 無料

上信越高原国立公園、妙高戸隠連山国立公園、中部山岳国立公園の3公園で活動するアクティブ・レンジャーが、日々の業務で撮影した数多くの写真から厳選して展示します。



国立公園写真展

●なじよもん盆踊り

日時 / 8月14日(月) 18:00~21:00
津南の伝統の盆踊り「からす踊り」を、生唄に合わせて踊りましょう♪
屋台や抽選会、地元バンドの演奏などもあります。
また、浴衣や中学生以下の来場者には、プレゼントをご用意しています。
皆さまのお越しをお待ちしています。



今年の盆踊り

※夏休みの体験日程は、お配りした「なじよもん がむしゃら塾」チラシ、またはホームページ(<http://www.najomon.com>)でご確認ください。

表紙の写真 新しくなる保険証。町民の皆さんが一目でわかるような写真にしました。8月1日から新しい保険証をご利用いただけます。